85 T I,II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2018 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2018 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2018

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I, II
மனைப் பொருளியல் I, II
Home Economics I, II

07. 12. 2018 / 0830 - 1140

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

අමතර කියවීම් කාලය - මිනිත්තු 10 යි
மேலதிக வாசிப்பு நேரம் - 10 நிமிடங்கள்
Additional Reading Time - 10 minutes

வினாப்பத்திரத்தை வாசித்து, வினாக்களைத் தெரிவுசெய்வதற்கும் விடை எழுதும்போது முன்னுரிமை வழங்கும் வினாக்களை ஒழுங்கமைத்துக் கொள்வதற்கும் மேலதிக வாசிப்பு நேரத்தைப் பயன்படுத்துக.

மனைப் பொருளியல் I

கவனிக்க :

(i) **எல்லா** வினாக்களுக்கும் விடை எழுதுக.

(ii) **1** தொடக்கம் **40** வரையுள்ள வினாக்கள் ஒவ்வொன்றிலும் (1), (2), (3), (4) என இலக்கமிடப்பட்ட விடைகளில் **சரியான** அல்லது **மிகப் பொருத்தமான** விடையைத் தெரிவுசெய்க.

(iii) **உமக்கு வழங்கப்பட்டுள்ள விடைத்தாளில் ஒவ்வொரு வினாவுக்கும் உரிய வட்டங்களில் உமது விடையின் இலக்கத்தை ஒத்த வட்டத்தினுள்ளே புள்ளடியை (×) இடுக.**

(iv) அவ்விடைத்தாளின் மறுபக்கத்தில் தரப்பட்டுள்ள மற்றைய அறிவுறுத்தல்களையும் கவனமாக வாசித்து, அவற்றைப் பின்பற்றுக.

1. பின்வருவனவற்றுள் இனிப்பு குறைந்த காபோவைதரேற்று எது?
(1) குளுக்கோசு (2) சுக்குரோசு (3) மோல்ற்றோசு (4) பிரற்றோசு

2. தேங்காயில் அடங்கியுள்ள கொழுப்பமிலம்
(1) பியூற்றிக் அமிலம் (2) பாமிற்றிக் அமிலம்
(3) லோரிக் அமிலம் (4) ஸ்ரியரிக் அமிலம்

3. லைசீன் என்னும் அமினோவமிலத்தைக் குறைந்தளவு கொண்ட உணவுப்பொருள்
(1) கோதுமை (2) பருப்பு (3) பால் (4) மீன்

4. பின்வரும் எந்த விற்றமின் B குறைபாடானது பெலகரா நோய்க்குக் காரணமாகிறது?
(1) விற்றமின் B_2 (2) விற்றமின் B_3 (3) விற்றமின் B_6 (4) விற்றமின் B_{12}

5. 'X' என்னும் ஒரு விற்றமினின் தொழிற்பாடுகள் சில கீழே தரப்பட்டுள்ளன.
- இரும்பு அகத்துறிஞ்சப்படலுக்கு உதவும்.
- ஓட்சியேற்ற எதிரியாகத் தொழிற்படும்.
- கொலாஜன் உற்பத்திக்கு அவசியமாகும்.

'X' ஆக இருக்கக்கூடியது
(1) விற்றமின் A. (2) விற்றமின் C. (3) விற்றமின் D. (4) விற்றமின் E.

6. மரக்கறிகளினால் உடலில் நிகழும் ஒரு தொழிற்பாடு
(1) கொலஸ்திரோல் அகத்துறிஞ்சலைத் துரிதப்படுத்துதல்
(2) சமிபாட்டு நொதியங்கள் சுரத்தலைத் தூண்டுதல்
(3) உணவில் நார்ப்பொருள்களின் அளவைக் கூட்டுதல்
(4) போசணைப்பொருள்களின் அகத்துறிஞ்சலுக்கு உதவுதல்

[பக். 2 ஐப் பார்க்க

7. பாலில் அடங்கியுள்ள இரு போசணைப்பொருள்கள்
(1) இரும்பு, விற்றமின் D
(2) கல்சியம், விற்றமின் C
(3) விற்றமின் A, விற்றமின் B_2
(4) விற்றமின் K, பொசுபரசு

8. பாண், பணிஸ் போன்ற உணவுகளைத் தயாரிக்கும்போது குழையல்மாவில் ஏற்படும் இழுபடும் தன்மைக்குக் காரணமாக அமையும் புரதம் எது?
(1) இலாஸ்ரின் (2) கொலாஜன் (3) மயோசின் (4) குளூற்றன்

9. பின்வருவனவற்றுள் விழாவொன்றுக்கு மிகப் பொருத்தமான பகல் உணவுவேளை எது?
(1) பிரியாணி, மீன்பாற்சொதி, போஞ்சிக் கறி, வல்லாரைச் சம்பல், கஸ்ரட் புடிங்
(2) மரக்கறிச் சோறு (vegetable fried rice), மீன் கறி, கலந்த மரக்கறி மெல்லவியல், பொன்னாங்கண்ணி வறை (சுண்டல்), வட்டிலப்பம்
(3) நூடில்ஸ், பருப்புக் கறி, மீன் புளித்தீயல், வெங்காயச் சம்பல், பழச் சலாது
(4) மஞ்சள் சோறு, கிழங்கு வறுவல், இறைச்சிக் கறி, மரக்கறிச் சலாது, ஐஸ்கிறீம்

10. பப் பேஸ்ட்ரி தொடர்பாக கீழே தரப்பட்டுள்ள கூற்றுகளில் சரியானது எது?
(1) தயாரிப்பின்போது சிறிதளவு மதுவம் (ஈஸ்ட்) சேர்க்கப்படும்.
(2) தயாரிப்பின்போது குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கவேண்டியது அவசியமாகும்.
(3) மாஜரின், மா ஆகியன 1 : 2 என்ற விகிதத்தில் கலக்கப்படும்.
(4) பப் பேஸ்ட்ரியைப் பயன்படுத்தி பற்றிஸ் தயாரிக்கப்படும்.

11. பின்வருவனவற்றுள் போசணையுடன் தொடர்பான சரியான கூற்றைத் தெரிவுசெய்க.
(1) உடலில் விற்றமின் K ஐ உற்பத்திச் செய்யலாம்.
(2) மீன் எண்ணெயில் நிரம்பிய கொழுப்பமிலங்கள் உள்ளன.
(3) மேலதிக புரதங்கள் ஈரலில் சேமிக்கப்படும்.
(4) விற்றமின் B ஐ அளவுக்கதிகமாகப் பெற்றுக்கொள்ளல் உடலில் நச்சுத் தன்மையை ஏற்படுத்தும்.

12. பின்வரும் எந்தச் சமையல் செயன்முறையின்போது மேற்காவுகை பிரதானமாக நடைபெறும்?
(1) தோசை சுடல்
(2) இறைச்சியை வாட்டுதல்
(3) கட்லற் பொரித்தல்
(4) கனலடுப்பில் கேக் சுடுதல்

13. தற்போது இலங்கையில் போசணைப் பிரச்சினைகளாகக் கருதப்படும் இரு நிலைமைகள்
(1) மிகையூட்டம், நிறைக் குறைந்த பிள்ளைப் பேறு
(2) குழந்தை இறந்து பிறத்தல், முதிர்ச்சியற்ற குழந்தை பிறப்பு
(3) மிகையூட்டம், முதிர்ச்சியற்ற குழந்தை பிறப்பு
(4) நிறை குறைந்த பிள்ளைப்பேறு, குழந்தை இறந்து பிறத்தல்

14. பிள்ளைகளில் அயடீன் குறைபாட்டின்போது **காணக்கிடைக்காத** இயல்பு
(1) வளர்ச்சி குன்றல் (2) சோம்பல் (3) மந்த புத்தி (4) வயிற்றோட்டம்

15. கல்சியம் அகத்துறிஞ்சலுக்கு உதவும் விற்றமின் எது?
(1) விற்றமின் A (2) விற்றமின் C (3) விற்றமின் D (4) விற்றமின் K

16. சதையச்சாற்றில் அடங்கியுள்ள, புரதத்தைச் சமிபாடடையச் செய்யும் நொதியம்
(1) ரெனின் (2) திரிப்சின் (3) பெப்சீன் (4) அமைனோ பெப்திடேசு

17. நுண்ணங்கி வளர்ச்சியில் தாக்கம் செலுத்தும் புறக்காரணி
(1) வெப்பநிலை (2) நீர்ச் செயற்பாடு (3) pH பெறுமானம் (4) வளர்ப்பூடகம்

18. பெண் பிள்ளையின் உடலினுள்ளே சூல்கள் உருவாவது
(1) பிறப்பதற்கு முன்னராகும்.
(2) பின்பிள்ளைப் பருவத்தில் ஆகும்.
(3) பூப்பெய்துவதற்கு அண்மைக் காலத்திலாகும்.
(4) பூப்பெய்துதலுடன் ஆகும்.

[பக். 3 ஐப் பார்க்க

19. கட்டிளமைப்பருவத்தில் பெண் மற்றும் ஆண் பிள்ளைகளின் உடல் விருத்தியில் உயர் வளர்ச்சி ஏற்றத்தைக் காட்டும் வயதுகள் முறையே
(1) 10, 12 (2) 12, 14 (3) 12, 16 (4) 14, 16

20. பின்வருவனவற்றுள் கட்டிளமைப் பருவம் தொடர்பான சரியான கூற்று எது?
(1) உடல் மற்றும் உள விருத்திகளுக்கிடையே ஒரு பரஸ்பர தொடர்பு உண்டு.
(2) சமூகமயமாக்கலில் பரம்பரையும் சூழலும் அதிகளவு தாக்கம் செலுத்துகின்றன.
(3) இப்பருவத்தில் பெண்களில் தசையிழையங்களும் ஆண்களில் கொழுப்பிழையங்களும் வளர்ச்சியடையும்.
(4) இப்பருவ பிள்ளைகள் சுய எண்ணக்கருவைக் கட்டியெழுப்புவதற்கு முயற்சிப்பர்.

21. பின்வருவனவற்றுள் கட்டிளமைப்பருவ பிள்ளைகளின் மனவெழுச்சி விருத்தியைக் காட்டும் நடத்தை எது?
(1) தன்முனைப்பு (2) பின்பற்றல் (3) பரிவுணர்வு (4) ஒத்துழைப்பு

22. கர்ப்பிணித் தாயின் குருதியில் ஈமோகுளோபினின் அளவெல்லைப் பெறுமானமாகக் கருதப்படுவது
(1) 9 g/dl (2) 11 g/dl (3) 13 g/dl (4) 15 g/dl

23. கர்ப்பிணித் தாய்க்குப் பிணியாய் நிலையத்தில் பலமுறை செய்யப்படும் அளவீடு / பரிசோதனை
(1) உயரத்தை அளத்தல் (2) சிறுநீர் பரிசோதனை
(3) குருதி இனத்தைப் பரிசோதித்தல் (4) VDRL பரிசோதனை

24. பிறப்பு நிறை 3 kg ஆகவிருந்த ஒரு குழந்தையின் ஒரு வயதுக்குரிய நிறை ஏறத்தாழ
(1) 6 kg (2) 7 kg (3) 9 kg (4) 12 kg

25. பச்சிளம் குழந்தையின் தலையின் சுற்றளவைச் சரியாகக் காட்டும் வீச்சு
(1) 20-23 cm. (2) 24-26 cm. (3) 32-34 cm. (4) 37-40 cm.

26. ஒரு குழந்தைக்கு மேலதிக உணவைப் பெற்றுக்கொடுக்க ஆரம்பிக்க வேண்டியது
(1) 3 மாதம் நிறைவடைந்தவுடன் (2) 6 மாதம் நிறைவடைந்தவுடன்
(3) 8 மாதம் நிறைவடைந்தவுடன் (4) 10 மாதம் நிறைவடைந்தவுடன்

27. பின்வருவனவற்றில் ஒரு குழந்தைக்கு 6 மாத முடிவில் வழங்கப்படும் வக்சீன் எது?
(1) யப்பானீஸ் என்சைபலயிடிஸ்
(2) MMR வக்சீன் - 1 ஆவது தடவை
(3) பென்ரா வேலன்ட் வக்சீன் - 2 ஆவது தடவை
(4) போலியோ வாய்மூலம் - 3 ஆவது சொட்டு

28. 'P' என்னும் தையல் முறை பின்வரும் இயல்புகளைக் கொண்டது.
- அலங்காரத் தையல் முறையாகப் பயன்படுத்தப்படும்.
- துணியின் இரு துண்டுகளை இணைப்பதற்குப் பயன்படுத்தப்படும்.
- பிறையோரத் தையலின் அழகை மிகைப்படுத்திக் காட்டும்.

'P' ஆனது
(1) பெருநூலோடித் தையல் (2) சிறுநூலோடித் தையல்
(3) கம்பளித் தையல் (4) சோம் தையல்

29. ஆடையொன்றைத் தயாரிக்கும்போது **பின்பற்றக்கூடாத** விடயம்
(1) துணியின் சரியான பக்கத்தில் சுவடுவரை சில்லு அடையாளத்தை இடுதல்
(2) சுவடுவரை சில்லு அடையாளம் ஒன்றன் மீது ஒன்று இருக்கத்தக்கவாறு குண்டூசிகளை இணைத்தல்
(3) சுவடுவரை சில்லு அடையாளத்திற்கு மிக நெருக்கமாக தற்காலிக தையலை இடுதல்
(4) சுவடுவரை சில்லு அடையாளத்தின் மீது நிரந்தர தையலொன்றை இடுதல்

30. ஆடையொன்றின் விளிம்பு மடிப்பிற்கு அலங்காரத்தைப் பெற்றுத்தரும் ஒரு தையல் முறை
(1) விசுப்பத் தையல்
(2) தையற்காரன் தையல்
(3) விளிம்பு உருட்டிய தையல் / துன்னாத் தையல்
(4) தோற்றாத் தையல்

[பக். 4 ஐப் பார்க்க

31. தாவர நார்களிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் இரு துணி வகைகள்
(1) மல், இலினன்
(2) வொயில், ரெயோன்
(3) ஓர்லோன், மல்
(4) ரெயோன், நென்சூக்

32. பின்வருவனவற்றுள் ஆடைத் தொழினுட்பத்துடன் தொடர்பான சரியான கூற்றைத் தெரிவுசெய்க.
(1) கபில நிறக் கடதாசியின் பளபளப்பான மேற்பரப்பின் மீது மாதிரியுருவை வரைதல் வேண்டும்.
(2) குழந்தை ஆடைகளை நிர்மாணிக்கும்போது அளவீடுகளைப் பெற்ற பின்னரே மாதிரியுரு தயாரிக்கப்படும்.
(3) தழுவணை உறையைத் தைக்கும்போது பிரான்சிய பொருத்தை இடலாம்.
(4) பிள்ளைகளுக்கான சட்டையைத் தைக்கும்போது பக்கப் பொருத்துகள் இருபக்கங்களுக்கும் திறந்திருத்தல் வேண்டும்.

33. பிள்ளைக்கான சட்டையை நிர்மாணிக்கும்போது தோளிலிருந்து கைக்குழைச்சடி வரையான அளவீடுகள் கணிக்கப்படுவது
(1) தோளிலிருந்து இடை வரையான உயரத்தின் $\frac{1}{4}$ என
(2) தோளிலிருந்து இடை வரையான உயரத்தின் $\frac{1}{3}$ என
(3) தோளிலிருந்து இடை வரையான உயரத்தின் $\frac{1}{2}$ என
(4) தோளிலிருந்து இடை வரையான உயரத்தின் $\frac{2}{3}$ என

34. பின்வருவனவற்றுள் சதுரவடிவான கழுத்தைத் தைத்து நேர்த்தியாக்குவதற்கு மிகப் பொருத்தமான முறை எது?
(1) பைண்டிங்
(2) முகப்புத்துண்டிடல்
(3) பைப்பிங்
(4) உருவ முகப்புத்துண்டிடல்

35. காட்டுருவொன்றைத் தைக்கும்போது நிரம்பிய தன்மையைப் (filled effect) பெற்றுக் கொடுப்பதற்குப் பயன்படுத்தப்படுவது
(1) பிரான்சிய முடிச்சு
(2) நீள்குறுந்தையல்
(3) அடுக்கு நாணயவுருத்தையல்
(4) நூல் இழுத்துச் சோம் தையல்

36. ஒரு வீட்டின் பிரதான படுக்கை அறையின் ஆகக்குறைந்த வீட்டுத்தள பரப்பளவாக இருக்கவேண்டியது
(1) 90 சதுர அடி
(2) 100 சதுர அடி
(3) 120 சதுர அடி
(4) 150 சதுர அடி

37. பின்வருவனவற்றுள் துணை நிறங்களை மாத்திரம் கொண்ட கூட்டத்தைத் தெரிவு செய்க.
(1) செம்மஞ்சள், சிவப்பு, ஊதா
(2) பச்சை, ஊதா, நீலம்
(3) மஞ்சள், செம்மஞ்சள், பச்சை
(4) செம்மஞ்சள், பச்சை, ஊதா

38. பின்வரும் கோடுகளில் எது சந்தத்துக்குரிய இயல்பைக் காட்டும்?
(1) நிலைக்குத்துக் கோடுகள்
(2) கிடைக்கோடுகள்
(3) சரிவுக்கோடுகள்
(4) நெளிகோடுகள்

39. கலையின் ஓர் அடிப்படை அம்சத்தையும் ஒரு வடிவமைப்புக் கோட்பாட்டையும் முறையே கொண்ட விடையைத் தெரிவுசெய்க.
(1) சமநிலை, இழையவமைப்பு
(2) வடிவம், விகிதசமம்
(3) நிறம், கோடு
(4) வலியுறுத்தல், சந்தம்

40. பௌதிகமல்லாத இரண்டு வளங்கள்
(1) நீர், சொத்து என்பனவாகும்.
(2) வெளி, எரிபொருள் என்பனவாகும்.
(3) பணம், நிலங்கள் என்பனவாகும்.
(4) காலம், மின்சாரம் என்பனவாகும்.

* *

85 T I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2018 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2018 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2018

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I, II
மனைப் பொருளியல் I, II
Home Economics I, II

மனைப் பொருளியல் II

* **முதலாம்** வினாவையும் வேறு **நான்கு** வினாக்களையும் தெரிவுசெய்து, எல்லாமாக **ஐந்து** வினாக்களுக்கு மாத்திரம் விடை எழுதுக.
* முதலாம் வினாவுக்கு **20** புள்ளிகளும் ஏனைய வினாக்களுக்கு **10** புள்ளிகள் வீதமும் வழங்கப்படும்.

1. ஒரு பாடசாலையின் சிற்றுண்டிச்சாலை பாடசாலை அபிவிருத்திச்சபையினால் முகாமைத்துவம் செய்யப்படுகின்றது. க.பொ.த. (உ.தர)ப் பரீட்சைக்கு தோற்றிய ஒரு மாணவர் குழு பரீட்சைப் பெறுபேறுகள் வெளிவரும் வரை இச்சிற்றுண்டிச்சாலையின் முகாமைத்துவத்தைப் பொறுப்பேற்றது. அவர்கள் சிற்றுண்டிச்சாலையை ஒழுங்குமுறையாக நடாத்துவதற்கும் அதனை ஒரு இரம்மியமான சூழலாக்குவதற்கும் அக்கறைக்கொண்டனர்.

(i) பாடசாலை சிற்றுண்டிச்சாலையில் விற்கப்படும் உணவுகளில் இருக்கவேண்டிய பண்புகள் **நான்கை** எழுதுக.

(ii) மாணவர்களுக்கு காலை உணவாக சிற்றுண்டிச்சாலையில் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய உணவுகளை உள்ளடக்கிய உணவுப் பட்டியலொன்றை முன்மொழிக.

(iii) சிற்றுண்டிச்சாலையில் பொதிசெய்யப்பட்ட உணவுகளை வாங்கும்போது கருத்திற்கொள்ளவேண்டிய விடயங்கள் **நான்கைக்** குறிப்பிடுக.

(iv) பாடசாலைக்கு வருகைதரும் விசேட விருந்தினர்களுக்கு விருந்து பரிமாறுவதற்கென இச்சிற்றுண்டிச்சாலையில் வசதிகள் செய்யப்பட்டுள்ளன. அவ்வாறான இருவருக்கான தேநீர் விருந்தொன்றை ஏற்பாடு செய்வதற்கு மேசையை ஒழுங்குப்படுத்தவேண்டிய முறையை வரிப்படமொன்றில் காட்டுக.

(v) சிற்றுண்டிச்சாலையில் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு கைத்துடைப்பத் தாங்கிக்கான பொருத்தமான வடிவமைப்பை வரைக.

(vi) இந்த கைத்துடைப்பத் தாங்கியை அலங்காரத் திணிப்பு வேலையினால் (குவில்ட்) நேர்த்திசெய்யும்போது பின்பற்றப்படும் படிமுறைகள் **இரண்டினை** எழுதுக.

(vii) பாடசாலை சிற்றுண்டிச்சாலையை வினைத்திறனாக முகாமை செய்வதற்கு அவசியமான, கட்டிளமைப்பருவ பிள்ளைகளிடம் உள்ள அறிவாற்றல்கள் **இரண்டைக்** குறிப்பிடுக.

(viii) சிற்றுண்டிச்சாலையில் இடைவேளையின்போது ஏற்படும் ஜன நெருக்கடியை தவிர்ப்பதற்காக மாணவர்களிடம் வளர்க்கவேண்டிய சிறந்த பழக்கவழக்கங்கள் **இரண்டைத்** தருக.

(ix) பாடசாலை சிற்றுண்டிச்சாலை சிறந்த முறையில் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டுள்ளமையை வெளிப்படுத்தும் இயல்புகள் **நான்கை** எழுதுக.

(x) 'சிற்றுண்டிச்சாலை சிறந்தமுறையில் அலங்கரிக்கப்பட்டுள்ளது.' இக்கூற்றை உறுதிப்படுத்துவதற்கு **இரு** உதாரணங்களை முன்வைக்க.

2. (i) பிள்ளைக்கான ஆடைகளை நிர்மாணிக்கும்போது கருத்திற்கொள்ளவேண்டிய விடயங்கள் **மூன்றைக்** குறிப்பிடுக.

(ii) பல்வேறு தையல் முறைகளைப் பயன்படுத்தி ஒரு வரவேற்பறைக்கான சுவர் அலங்காரமொன்றைத் தயாரிப்பதற்கு அவசியமாகவுள்ளது. இதற்கான முன்திட்டமிடலில் அடங்கவேண்டிய விடயங்கள் **மூன்றைக்** குறிப்பிடுக.

(iii) குறிப்பு எழுதுக.

(a) ஆடைகளில் திறப்புகளை மூடுவதற்கான முறைகள்
(b) பொருத்துகளின் தைக்கா விளிம்புகளை நேர்த்திசெய்வதற்கான முறைகள்

[பக். 6 ஐப் பார்க்க

3. பகல் உணவுவேளையொன்றுக்கான உணவுப்பட்டியல் கீழே தரப்பட்டுள்ளது.

- சோறு
- பருப்புக் கறி
- வெண்டிக்காய் கறி
- முட்டை ஒம்லட்
- பீற்ரூட் சம்பல்
- பப்படம்
- ஈற்றுணாவாக கரமல் புடிங்

(i) இங்கு ஒவ்வொரு உணவையும் சமைக்கும் பிரதான முறையைப் பெயரிட்டு, அவற்றுள் **இரண்டினைச்** சுருக்கமாக விளக்குக.

(ii) இந்த உணவுவேளையின் போசணைசார்ந்த முக்கியத்துவத்தை விளக்குக.

(iii) மேற்படி உணவுவேளையில் அடங்கியுள்ள சோறு, பருப்பு, முட்டை, பீற்ரூட், வெண்டிக்காய் ஆகியன உணவுக் கூம்பகத்தில் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ள விதத்தை வரிப்படமொன்றின் மூலம் காட்டுக.

4. (i) உணவு பழுதடைதலில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் பௌதிகக் காரணிகள் **இரண்டைப்** பெயரிட்டு அவற்றைத் தவிர்ப்பதற்கு எடுக்கக்கூடிய படிமுறைகளை முன்வைக்க.

(ii) குறிப்பு எழுதுக.

(a) உணவை நற்காப்பு செய்வதற்கு தாழ் வெப்பத்தைப் பயன்படுத்துதல்

(b) கொதிநீரில் அமிழ்த்துதல் (பிளான்ச் செய்தல்)

(iii) கீழே தரப்பட்டுள்ள உணவுகளைத் தயாரிக்கும்போது பயன்படுத்தப்படும் நற்காப்புப் பதார்த்தங்களையும் நற்காப்புக் கோட்பாடுகளையும் முறையே குறிப்பிடுக.

(a) மாங்காய்ச் சட்னி

(b) கிழங்கு தோசி/ரொபி

5. (i) வரவேற்பறைக்கான தளவாடங்களைத் தெரிவுசெய்யும்போது கருத்திற்கொள்ளவேண்டிய விடயங்கள் **மூன்றைக்** குறிப்பிடுக.

(ii) வீட்டுத்தோட்டத்தில் மண்ணைப் பாதுகாப்பதற்காக (மட்காப்புக்காக) எடுக்கக்கூடிய படிமுறைகள் **மூன்றை** முன்மொழிக.

(iii) வீட்டில் மின்சாரத்தைப் பயன்படுத்தும்போது கடைப்பிடிக்கவேண்டிய பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளைக் கலந்துரையாடுக.

6. (i) பச்சிளங் குழந்தை தெறிவினைச் செயற்பாடுகளை வெளிக்காட்டும்.

(a) 'தெறிவினைச் செயற்பாடுகள்' என்பதை இனங்காண்க.

(b) தெறிவினைச் செயற்பாடுகளுக்கு உதாரணங்கள் **இரண்டை** எழுதுக.

(ii) முதலாம் வருடத்தினுள் குழந்தையைச் சமூகமயப்படுத்துவதற்குப் பெற்றோர்கள் செயற்பட வேண்டிய விதத்தை விளக்குக.

(iii) பிள்ளையின் விருத்தி இரு விதங்களில் நடைபெறும்.

(a) தலையிலிருந்து பாதம் வரை

(b) உடலின் மத்திய பகுதியிலிருந்து சுற்றயல் வரை

மேற்படி இரு விதங்களுக்கும் **இரு** உதாரணங்கள் வீதம் தருக.

7. (i) பெண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் பின்வரும் ஒவ்வொரு பகுதியினதும் தொழிற்பாடுகள் **இரண்டு** வீதம் எழுதுக.

(a) சூலகங்கள்

(b) பலோப்பியன் குழாய்

(c) கருப்பை

(ii) தாய்ப்பால் ஊட்டுவதால் குழந்தைக்குக் கிடைக்கும் அனுகூலங்கள் **மூன்றைத்** தருக.

(iii) குறிப்பு எழுதுக.

(a) மாதவிடாய்

(b) கர்ப்ப நிலை

* * *